

И.о.директора МБОУ «Основная школа № 32»

УТВЕРЖДАЮ

Самохина А.В.

09.01.2024 г.

МЕНЮ
на 10.01.2024 года

(соответствует 6-му дню 2-й недели утвержденного примерного меню для воспитанников образовательных учреждений Петропавловск-Камчатского городского округа (дошкольная ступень))
(возрастная группа: 3-7 лет; сезон ограниченный: с 01 марта по 01 сентября)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Каша вязкая молочная (из пшена и крупы гречневой) с яблоками	200	305,80
Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	10	70,90
Хлеб пшеничный	30	48,64
Кофейный напиток с молоком	180	107,50
Груша	120	56,40

2-ой ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Сок фруктовый	110	43,00

ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из помидоров и огурцов свежих с растительным маслом	60	90,20
Суп с макаронными изделиями, с птицей (185/15)	200	129,21
Плов из мяса	180	330,50
Компот из ягод (черная смородина)	180	81,72
Хлеб ржано-пшеничный	52	119,26

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Булочка «Розовая»	70	182,56
Йогурт	200	138,60

УЖИН

Наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Винегрет с сельдью	60	80,55
Говядина, тушенная с овощами и картофелем в соусе	200	240,60
Чай с сахаром	180/10	64,00
Хлеб пшеничный	34	48,64